Machine Translated by Google

Natural Antibiotics

15 of the Most Powerful Natural Antibiotics That KILLS ALL INFECTIONS

Jacquleline Webb

Machine Translated by Google

Doğal Antibiyotikler

En Güçlü Doğal 15

Tüm Enfeksiyonları Öldüren Antibiyotikler

Machine Translated by Google

İ çindekiler Giriş

BONUS: ÜCRETSİ Z Hediyeniz

Bölü m 1 – Sentetik Antibiyotikler Hakkında Biraz

Bölü m 2 – Çözü m: Doğ al Antibiyotikler

Bölü m 3 – Nasıl

Bölü m 4 – Bidenlar

Bölü m 5 – Artemisia

Bölü m 6 – Berberin

Bölü m 7 – Ardıç

Bölü m 8 – Bal

Bölü m 9 – Usnea

Bölü m 10 – Meyankökü

Bölü m 11: Zencefil

Bölü m 12: Karabiber

Bölü m 13: Astragalus

Bölü m 14: Kemik Seti

Bölü m 15: Ekinezya

Bölü m 16: Kırmızı Kök

Bölü m 17: Reishi

Çözü m

ÜCRETSİ Z Bonus Hatırlatma

BONUS #2: Daha Fazla Ücretsiz Kitap

Machine Translated by Google

Telif Hakkı Bildirimi

© Telif Hakkı 2015 Jacquleline Webb'e aittir - Tü m hakları saklıdır.

Bu belge, ele alınan konu ve konuyla ilgili kesin ve gü venilir bilgi sağ lamaya yöneliktir. Yayın, yayıncının muhasebe, resmi olarak izin verilen veya baş ka bir ş ekilde nitelikli hizmetler vermesi gerekmediğ i fikriyle satılmaktadır. Hukuki veya profesyonel tavsiye gerekliyse, meslekte deneyimli bir kiş i sipariş edilmelidir.

- Taraflarca eş it olarak kabul edilen ve onaylanan İ lkeler Bildirgesinden
Amerikan Barolar Birliğ i Komitesi ve Yayıncılar Komitesi
ve Dernekler.

Bu belgenin herhangi bir bölü mü nü n elektronik veya basılı formatta çoğ altılması, çoğ altılması veya iletilmesi hiçbir ş ekilde yasal değ ildir. Bu yayının kaydedilmesi kesinlikle yasaktır ve yayıncıdan yazılı izin alınmadıkça bu belgenin herhangi bir ş ekilde saklanmasına izin verilmez. Tü m hakları Saklıdır.

Burada sağ lanan bilgilerin doğ ru ve tutarlı olduğ u belirtilmektedir, çü nkü burada yer alan herhangi bir politikanın, iş lemin veya talimatın herhangi bir ş ekilde kullanılması veya kötü ye kullanılması nedeniyle dikkatsizlik veya baş ka tü rlü herhangi bir sorumluluk alıcı okuyucunun mü nferit ve mutlak sorumluluğ undadır. Herhangi bir tazmin için yayıncıya karş ı hiçbir ş ekilde yasal sorumluluk veya suçyü klenemez,

Machine Translated by Google

doğ rudan veya dolaylı olarak burada yer alan bilgilerden kaynaklanan zararlar veya maddi kayıplar.

İ lgili yazarlar, yayıncıya ait olmayan tü m telif haklarına sahiptir.

Buradaki bilgiler yalnızca bilgilendirme amaçlıdır ve evrenseldir. Bilgilerin sunumu herhangi bir sözleş me veya herhangi bir garanti gü vencesi içermez.

Kullanılan markalar herhangi bir rıza olmaksızın olup, markanın yayınlanması marka sahibinin izni veya desteğ i olmaksızın gerçekleş tirilmektedir. Bu kitaptaki tü m ticari markalar ve markalar yalnızca açıklama amaçlıdır ve sahiplerine aittir, bu belgeyle bağ lantılı değ ildir.

Machine Translated by Google

sorumluluk reddi

Bu kitapta sağlanan bilgilerin doğrulanması için tüm girişimlerde bulunulmasına rağmen, yazar, içerdiği konulardaki hatalar, eksiklikler veya aksi yorumlardan dolayı herhangi bir sorumluluk kabul etmez. Bu kitapta verilen bilgiler sadece eğitim ve eğlence amaçlıdır. Okuyucu kendi eylemlerinden sorumludur ve yazar bu bilgilerin kullanımından kaynaklanan gerçek veya algılanan herhangi bir yükümlülük veya zarardan sorumlu değildir.

Machine Translated by Google

giriiş

Bakteriler her yıl ilaca karş ı direnç geliş tirir ve hayatta kalabilmek için nasıl adapte olacağ ını öğ renir. Bu, bakteriler için iyidir, ancak hastalıktan kaçınmak ve uzun, sağ lıklı yaş am sü rmek isteyen insanlar için o kadar iyi değ ildir. Sentetik antibiyotikler, hastalıkları durdurmada o kadar etkili değ ildir ve onu aş an bir oranda geliş tirilemezler. bakteriler.

İ ş te bu yü zden Natural Antibiyotikler: Tü m Enfeksiyonları Öldü ren En Gü çlü 15 Doğ al Antibiyotik oluş turuldu. Staph enfeksiyonlarını, göz, burun ve boğ az enfeksiyonlarını ve çok daha fazlasını tedavi eden gü çlü antibiyotikler hakkında bilgi edinmek için bir rehber olarak kullanabilirsiniz. Doğ al kü rler, sağ lıklı bir yaş am sü rmenin cevabıdır.

Herhangi bir rahatsızlığ ı tedavi etmenize yardımcı olacak doğ al antibiyotikler oluş turmak karmaş ık bir sü reç olmamalıdır. Bu kitabı, sentetik antibiyotiklere olan bağ ımlılığ ınızı azaltabilmeniz ve sağ lığ ınızı geliş tirebilmeniz için bölgenizdeki doğ al ilaçları bulmanıza yardımcı olmak için bir araya getirdim.

Yakında etrafınızda bulunan ve iyileş tirici özellikleri için yetiş tirilebilecek bitkiler ve ş ifalı otlar hakkında bilgi edineceksiniz. Elinizde bulundurmak isteyeceğ iniz bazı ş eyler, tentü r oluş turmak için bazı kavanozlar, ağ aç dallarını, köklerini ve yapraklarını doğ rayabilen yü ksek kaliteli bir karış tırıcı ve taze meyve suyu yapmak için bir meyve sıkacağ ıdır. soğ uk algınlığ ı ve grip.

Vahş i doğ aya dönebilir ve ihtiyacınız olan tü m malzemeleri evinizde bulabilirsiniz.

Machine Translated by Google

doğ al ortam veya ihtiyacınız olan tü m malzemeleri size sağ lamak için internete dönebilirsiniz. Gelecek bölü mlerde tartış acağ ım doğ al antibiyotiklerin çoğ u, kendi arka bahçenize ekilebilir ve iyileş mek ve sağ lıklı kalmak için değ erli bir kaynak olabilir.

Bazı bileş enler yabancı olabilir; İ yileş tirici gü çleri olduğ unu bile bilmediğ iniz bazıları zaten evinizde olabilir. Her iki durumda da, doğ al antibiyotikleri kendiniz deneyin ve her birinin doğ al iyileş tirici özelliklerini keş fedin. Biri vü cudunuz için çalış ıyorsa, gelecekteki hastalıkları çözecek bilgiye sahip olursunuz. Baş ka birinin tadını beğ enmiyorsanız, bu yöntemi bırakın ve daha çok hoş unuza giden bir ş eye dönü n.

Ayrıca bu doğ al antibiyotiklerin kombinasyonlarını da kullanabilirsiniz.

ş ifa yetenekleri ve bir çırpıda bir hastalıktan ayağ a kalkmanızı sağ lar. Burada listelenen herhangi bir yöntemle ilgili herhangi bir sorunu veya endiş eniz varsa, çevrimiçi olarak baş vurabileceğ iniz çok sayıda kaynak olduğ unu unutmayın ve herhangi bir riskten haberdar olmak için bu tedavilerin uygulanabilirliğ ini her zaman tıbbi uzmanınızla tartış abilirsiniz. .

Vü cudunuzu nasıl iyileş tireceğ inizi öğ renmeye ve insanların hastalıklarını iyileş tirmek için binlerce yıldır baş vurduğ u bitkilere geri dönmeye hazır olun. İ ş te baş lıyoruz!

Machine Translated by Google

BONUS: ÜCRETSİ Z Hediyeniz

"Doğ al Antibiyotikler" kitabımı satın aldığ ınız için teş ekkü r ederiz . "Ömrü nü ze 20 Yıl Ekleyecek 20 Basit Alış kanlık" adlı özel bir e-Kitabı ÜCRETSİ Z olarak sunarak size minnettarlığ ımı göstermek istiyorum .

Basitçe Aş ağ ıdaki Dü ğ meye Tıklayın

Click Here to Download the ebook

VEYA Bu Sayfaya Git http://foreverhealthme.com/free/

Machine Translated by Google

Bölü m 1 – Sentetik Antibiyotikler Hakkında Biraz

Bakteriler her yerde, içme suyunuzda, pislikte ve hatta vü cudunuzda yaş ayan mikroorganizmalardır. Vü cuttaki bazı bakteriler faydalıdır ve birçok farklı vü cut sü recine yardımcı olur. Bakteriler olmadan vü cudunuz K vitamini ü retemez, gıdaları enerjiye dönü ş tü remez veya

kansere ve diğ er hastalıklara.

Çoğ u insan, belirli bakteri tü rlerinin neden olabileceğ i mikroplar ve hastalıklar nedeniyle bakterileri yalnızca negatif olarak dü ş ü nü r. Patojenik bakteriler, enfeksiyona neden olan zararlı bakteri tü rleridir. Gıda zehirlenmesi, ü lserler, cinsel yolla bulaş an hastalıklar ve menenjit, var olan bakteriyel hastalıklardan sadece birkaçıdır. Bu koş ulların çoğ u bulaş ıcıdır ve hatta yaş amı tehdit eder.

Antibiyotikler, patojenik bakterilerin vü cuda zarar vermesini ve diğ er insanlara yayılmasını durdurmak için kullanılır. Genellikle insanların aş ina olduğ u antibiyotikler ilaç ş eklinde kimyasal antibiyotiklerdir. Bu antibiyotikler iyileş tirmiyor her sorun ve yanlış kullanıldığ ında yarardan çok zarar verebilir.

Zamanla bakteriler kimyasal iş lemlere karş ı daha dirençli hale gelir. Amacı bir bakteri geliş mek ve yaş amaya devam etmektir. Yeni bir tedavi ş ekli olduğ unda kötü bakterileri yok etmek için tanıtıldığ ında, birkaç bakteri ömrü boyunca değ iş ikliklere uyum sağ layabilir ve ilacın etkinliğ ini azaltmak veya tedavinin tamamen çalış masını durdurmak için kendini değ iş tirebilir.

Machine Translated by Google

Bakterilerin ömrü 20 dakika kadar kısa olabilir, bu nedenle bakterilerin yeni tedavilere karşı bağışıklık kazanması hızlı bir süreç olabilir. Bakteriler seyahat ederken diğer bakterilerle iletişim kurar. Bu değişim sırasında bakteri, yaşamını sürdürmek için geçirdiği tüm değişiklikleri geçirir.

O andan itibaren, bakterilerin tüm gelecek nesillerine dirençli özellikler aktarılır, bu da aynı tedavilerle diğer patojenik bakteri türlerinin yok edilmesini zorlaştırır. Bu nedenle ilaca dirençli süper bakteriler oluşur. İlaçlara karşı direnç geliştiren patojenik bir bakteri, her yıl binlerce can alan ulusal bir endişe edir.

Bakteriler antibiyotiklerle her temas ettiğinde bakteri daha güçlü hale gelir ve ilaca daha dirençli hale gelmek için fiziksel değişiklikler yapar. Bu nedenle antibiyotikleri yanlış kullanmamak ve sadece kesinlikle gerekli olduklarında kullanmak çok önemlidir.

Örneğin, bir virüsü (antibiyotiklerle tedavi edilemeyen) tedavi etmeye çalışmak için bir antibiyotik kullanırsanız, antibiyotikler vücuttaki pozitif bakterileri yok edebilir. İyi bakterilerin azalması, hastalıklarla savaşmayı zorlaştırabilir. İyi bakteriler değişir ve o antibiyotiğe karşı bağışıklık kazanırsa, o zaman bu bağışıklığın patojenik bakterilere geçmesi mümkündür.
hastalık.

Sentetik antibiyotikler hem karada hem de su kaynağında her yerdedir. Bunun nedeni, antibiyotiklerin atıldıklarında aktif kalmalarıdır; vücudu atık olarak bırakın veya üreticiler bunları çevreye attığında. Antibiyotikler sadece yüksek ısıda veya güneşten gelen UV ışınlarından öldürülür.

Machine Translated by Google

Gü neş ve onları sü rekli etrafta bulundurmak dirençli bakterilere yol açar.

Bakterilerin direnç oluş turmasına ve potansiyel olarak temas ettiğ i kiş ilerin hayatını almasına neden olan bü yü k bir antibiyotik kirliliğ i olduğ undan, sentetik olanlar yerine doğ al antibiyotikler olmak ü zere baş ka bir antibiyotik kaynağ ı bulmak önemlidir.

Machine Translated by Google

Bölüm 2 – Çözüm: Doğal Antibiyotikler

Bitkiler binlerce yıldır bir ilaç şekli olmuştur. Birçok farklı medeniyet, iyileştirici özellikleri için özel bitkiler aramıştır. Bitkileri iyileştirici özellikleri için kullanmak, insanlarda ve hayvanlarda hastalıklarla savaşmanın doğal yoludur ve karşılaştığımız çevresel sorunlara neden olmaz.

sentetik antibiyotiklerin aşırı kullanımı.

Doğal antibiyotikler doğada bol miktarda bulunur, birçoğu yabani ot gibi büyür, sanki doğa ana onların iyileştirici özelliklerinin bilinmesini istermiş gibi. Çok çeşitli sorunları tedavi etmek için bitki bazlı doğal antibiyotiklere güvenebilirsiniz. Bu sorunlar başağrısı kadar yaygın olabilir veya boğaz ağrısı geliştirmek gibi nadir görülen bir sorun olabilir.

Doğal antibiyotiklerin sentetik versiyonlara göre birçok faydası vardır. En iyi antibiyotiklerden bazıları mutfağınızda zaten bulunuyor olabilir ve siz maddenin iyileştirici özelliklere sahip olduğunu bilmiyordunuz. Diğer doğal antibiyotikler, ucuz bir doğal şifa gücü kaynağına sahip olabilmeniz için bölgenizde nasıl bulunacağını öğrenmek isteyebilirsiniz. Doğal antibiyotiklerin sentetik alternatiflerden daha iyi olmasının bazı yolları şunlardır:

1. Bitkilerin kullanımı güvenlidir. Bitkileri doğru şekilde kullanırsanız, reçeteli ilaçlarda yaygın olan herhangi bir yan etkiyle uğraşmadan güvenle yapabilirsiniz. Doğal antibiyotiklerle, ilacı kullanmanın getirdiği uzun bir risk listesi yoktur ve çoğunlukla, hemen hemen her şeyle iyi sonuç verirler.

Machine Translated by Google

herkes. Bazı doğal antibiyotikler, onlardan kimin kaçınması gerektiğine dair birkaç uyarıyla birlikte gelir, ancak başka bir ilacın tedavisini gerektiren tamamen yeni sağlık sorunları yaratmazlar.

2. Bitkiler Dünya'yı kirletmez. Ne zaman birisi sentetik bir antibiyotik alsa, birkaç gün sonra vücutlarını atık şeklinde terk eder. Oradan suyunuzu kirletir ve içtiğiniz her bardakta size az miktarda antibiyotik ilacı verir. Kullanılmayan antibiyotikler, toprağı kirleten ve ilaçlara direnç oluşturan bakterileri çeken atık haline gelir. Doğal bitki antibiyotikleri kullanılarak bu sorunlardan kaçınılır.

3. Bitkilerin kullanımı kolaydır ve ucuzdur. İnsanların her gün tahakkuk ettiği sağlık bakım maliyetlerini düşünün. Sizin ve ailenizin karşılaştığı yaygın sorunları tedavi etmek için kendi ilaçlarınızı nasıl oluşturacağınızı öğrendikten sonra, tıbbi faturanız bir kez daha azalır. İhtiyacınız olan malzemeleri kendiniz yetiştirmek yerine satın alsanız bile, sigortanıza fatura etmekten çok daha ucuza gelir.

4. Bitkiler doğal olarak bakterileri yok eder. Bitkiler, içinde yaşayan ve bakterileri yok eden ve sağlığı geliştiren yüz binlerce fitokimyasala sahiptir. Bakteriler, milyonlarca yılda gelişen karmaşık yapıları nedeniyle bitkileri yok edemezler.

Umarım bu sizi sentetik olmak yerine doğal bir antibiyotik kullanmaya ikna eder. Sentetik antibiyotiklere olan bağımlılığınızı azaltarak, rahatsızlıklarınızın mümkün olan en doğal şekilde iyileşmesini sağlayabilirsiniz. Mevcut en güçlü 15 doğal antibiyotiği tartışalım.

Machine Translated by Google

Bölüm 3 – Nasıl

Sida cinsinde hepsi çiçek üreten 200'den fazla farklı bitki çeşidi vardır. Amerika Birleşik Devletleri'nde Güneybatı, Great Plains'in alt yarısı, Güneydoğu, Orta Doğu ve New England'da bulunurlar. Sida cinsindeki bir bitkiye bazen fanpetal denir ve bunlar dünya çapında ağırlıklı olarak tropik ve subtropik bölgelerde yayılır.

Sida'lardan sadece birkaç, doğal antibiyotik amaçlı uygulamaları konusunda araştırmalara tabi tutulmuştur, ancak Sida cinsindeki birçok farklı bitki uzun yıllardır dünya çapında tıpta kullanılmaktadır.

Sida'lar oldukça yaygındır ve birçoğu yabani ot olarak kabul edilir. En çok araştırılanlar Sida acuta, Sida cordifolia, Sida rhombifolia, Sida spinosa ve Sida tiagii'dir. Devam eden araştırmalarla, umarım diğer birçok Sida bitkisinin benzer iyileştirici özelliklere sahip olduğu keşfedilmiştir. Bu olursa, Sida bitkilerine yaygın erişim nedeniyle, hastalığı tedavi etmek için en önemli doğal antibiyotiklerden biri olabilir.

Sida cinsindeki bitkiler birçok farklı iyileştirici özelliğe sahiptir. Tüberküloz, staph enfeksiyonları, enfekte yaralar, kan kanseri ve anemi tedavisinde kullanılmıştır. Sida, uçuk, listeria ve salmonella gibi bakterilere karşı da aktiftir.

Sida bitkilerinin çoğu aynı koşulları tedavi etmek için kullanılabilir, ancak

Machine Translated by Google

Mümkünse doğal bir antibiyotik olarak kullanmak için Sida acuta bulmanızı tavsiye ederiz. Bitkiyi hasat edip hazırlayarak Sida tentürlerini kendiniz yapabilir veya Sida'nızı çevrimiçi satın alabilirsiniz.

Sida'yı kendiniz bulmayı veya arka bahçenizde yetiştirmeyi planlıyorsanız, onu bir çay veya tentür haline getirmek en iyisidir. Ayrıca cilt enfeksiyonlarına uygulamak için harika bir toz haline getirebilir veya tadından hoşlanmıyorsanız bir kapsül haline getirebilirsiniz. Kökleri dahil tüm bitkiyi alıp ilaca dönüştürebilir ya da sadece kullanabilirsiniz.
yapraklar.

Cildinizi enfeksiyondan kurtarmak veya egzamayı iyileştirmek için tozu cildinize gerektiği sıklıkta uygulayın. Sida çayını anemi, ishal, dizanteri, ateş ve kan kanseri tedavisinde günde 10 defaya kadar içebilir veya hastalığı önlemek için günde bir veya iki fincan içebilirsiniz. Çay soğuduktan sonra göz enfeksiyonlarını tedavi etmek için de kullanabilirsiniz.

Sida hakkında birkaç uyarı: Hamile kalmaya çalışan kadınlar, doğal bir doğum kontrol yöntemi görevi gördüğü için SİDA kullanmamalıdır. Sida bitkisini kullanmadan önce hamileyseniz veya hamile kalmak istiyorsanız doktorunuzla görüşmeniz önerilir. Sida ayrıca efedrin içerir, ancak diğer efedrin ürünleri almadığınız sürece zararlı olmayan çok zayıf bir dozajdadır. Sida ayrıca hipoglisemiktir, bu nedenle diyabetikseniz ilaçlarınızı etkileyebilir. Kan şekerinizi kontrol edin ve Sida'nın neden olduğu değişikliklerden haberdar olun.

Machine Translated by Google

Bölüm 4 – Bidenlar

Sida cinsine benzer şekilde bidens cinsinin de içerisinde yaklaşık 200 farklı bitki türü bulunur. Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunabilir ve genellikle dilenci olarak adlandırılır. Biden bitkilerinin çeşitleri farklı iklimlerde bulunur ve çoğu yabani otlu ve istilacı olarak kabul edilir.

Bidens'in en yüksek tıbbi değeri olan varyasyonuna bidens pilosa denir. Uzak Batı, Güneybatı, Güneydoğu'nun çoğu ve Büyük Göllerin bazı bölgelerinde yetişir. Bidens bitkileri, mukoza zarı sistemik enfeksiyonlarını ve sistemik stafil enfeksiyonlarını tedavi etmek için kullanılabilir. Diğer birçok bidens cinsi bitki aynı etki için kullanılabilir.

Sida cinsinin aksine, kurumuş yerine tazeyken bidens bitkilerini kullanmak isteyeceksiniz. Kökler dahil tüm bitkiyi kullanabilirsiniz, ancak çoğu zaman sadece yaprakları kullanmak yeterlidir. Bidenleri antibiyotik olarak kullanmanın en iyi iki yöntemi, tentür yapmak veya yapraklardan taze meyve suyu oluşturmaktır.

Bir tentür yapmak için bir kısım taze bitki yapraklarını iki kısım sıvıya kullanın. Sıvının yaklaşık %95'i, 190 kanıtı olan tahıl alkolü olmalıdır. Kalan %5 sudur. Suyunuza 60 damla ekleyerek içenfeksiyonla savaşmak için kullanın veya doğrudan enfekte olmuş bir cilde uygulayın.

Meyve suyu yapmak için blenderinize veya meyve sıkacağınıza biden ekleyebilirsiniz. Biden bitkilerinin lifleri çok kaliteli olduğundan, bunun çok kaliteli bir meyve sıkacağı olduğundan emin olmak isteyeceksiniz.

Machine Translated by Google

çok gü çlü . Bidens suyu doğ rudan cilt ü zerinde kullanılabilir veya suya eklenerek dahili olarak alınabilir. Bidens bitkisinin çayını veya soğ uk infü zyonunu da yapabilirsiniz, ancak hemen gü cü nü kaybeder, bu yü zden onu yaptığ ınız gü n tü ketmelisiniz.

Amerika Birleş ik Devletleri'nde ve dü nyanın birçok yerinde yetiş tiğ i için bitkinin doğ ru iklimlerde bulunması oldukça kolaydır. Sarı ve turuncu bir iç mekana sahip beyaz veya sarı yaprakları vardır. Genellikle ilkbaharda toprağ ı kaplarlar ve yaz aylarında daha da bü yü rler ve daha yaygın bir ot görü nü mü alırlar.

Biden bitkilerini etrafta tutmak istiyorsanız, bü yü meleri kolay olduğ u için tohumları bahçenize ekebilirsiniz. Tohumları bulmak çok kolay ve bidenleri hasat ederken kıyafetlerinize birkaç tane alma ş ansınız var. Bahçenizde istilacı olmasını istemiyorsanız, insanlar bidenleri saksı dekoratif bitki olarak da kullanırlar.

Machine Translated by Google

Bölüm 5 – Artemisia

Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunan 100 farklı artemisia bitkisi türü vardır. Antibiyotik özelliği olan başlıca artemisia türü artemisia annua olarak adlandırılır ve ABD'nin her bölgesinde yetişir. Genellikle tatlı adaçayı olarak adlandırılır ve birçok farklı tıbbi durumu tedavi etmek için kullanılmıştır.

En yaygın olarak Artemisia, sıtmayı tedavi etmek için kullanılır. Artemisia bitkilerinde bulunan aktif bileşen, artemisinin olarak bilinir ve dünya çapında sıtmayla mücadelede ana bileşenlerden biri olmuştur. Artemisia ayrıca kan enfeksiyonlarını ve sistemik kanserleri iyileştirmeye yardımcı olmak için kullanılabilir. Bağırsak parazitlerine karşı savaşır, çeşitli kanser hücrelerine karşı aktiftir ve cilt enfeksiyonlarını tedavi etmek için kullanılabilir.

Geçtiğimiz birkaç yıl içinde, bir dizi farklı nedenden ötürü, artemisinin bir miktar direnç gösteren daha güçlü bir sıtma türünün yayıldığı görülüyor, ancak Asya'da birkaç yer dışında bildirilmedi. Bu, muhtemelen, sıtma olduğu kanıtlanmamış bir hastalık için ilacı çok sık kullanmanın neden olduğu artemisinin yanlış kullanımından kaynaklanmaktadır.

Bir antibakteriyel olarak kullanmak için, bitkiyi kurumasına izin vermek yerine hala tazeyken kullanmak isteyeceksiniz. Bu aşamada daha fazla antibakteriyel özelliği vardır ve taze olmasa da hızla kaybeder. Yağlar ve alkol, artemisia'yı sudan daha iyi yıkar, böylece onu süt veya daha yüksek yağ içeriğine sahip bir şeyle infüze edebilirsiniz.

Machine Translated by Google

Artemisia'yı sıtmayı iyileş tirmek için hazırlamak için 100 gram taze yaprak ve çiçek alın ve ü zerine bir litre tam yağ lı sü t dökü n. En az 4 saat ü zeri kapalı olarak bekletin. Sü zü n ve yedi gü n boyunca her gü n için. Taze Artemisia'yı iki parça 120 geçirmez tahıl alkolü ile karış tırarak da bir tentü r yapabilirsiniz. Karış ımı iki hafta boyunca her gü n sallayın ve gü nde iki kez bir çorba kaş ığ ı alın.

hafta.

Artemisia, Amerika Birleş ik Devletleri'nin birçok farklı yerinde bulunur veya otu veya eki çevrimiçi olarak sipariş edebilirsiniz. Artemisia annua, yaz sonunda sarı çiçekli eğ reltiotu benzeri yapraklara sahiptir ve çok aromatiktir. Tek bir sap ü zerinde bü yü r ve 6 metreye kadar ulaş abilir. Hemen hemen her yerde yetiş ir ve kolayca hasat edebilmeniz için arka bahçenizde bulunması iyi bir bitkidir. Artemisia bir ot veya istilacı olarak kabul edildiğ inden, onu ektikten sonra her yıl bahçenizde bü yü meye devam edecektir.

Bazı insanlar sıtmayı tedavi etmek için artemisia tü kettikten sonra mide bulantısı hissetmeye baş lar. Gastrointestinal problemler de ortaya çıkabilir ve kusma, kramp ve iş tah kaybına neden olabilir, bu nedenle bir seferde yü ksek dozlarda alıyorsanız bu sorunlardan herhangi birine dikkat edin. Artemisia almayı bıraktığ ınızda sorunlar kendiliğ inden dü zelmelidir.

Machine Translated by Google

Bölü m 6 – Berberin

Amerika Birleş ik Devletleri ve dü nya genelinde berberin içeren birçok bitki bulunmaktadır. Gü çlü antibiyotik özellikleri vardır, ancak sida, bidens ve artemisia'nın aksine kan yoluyla vü cudun diğ er bölgelerine geçmez, bu nedenle doğ rudan vü cudun enfeksiyonlu bölgesine uygulanmalıdır.

Berberinli bitkiler ilaca dirençli E. Coli, kolorektal karsinom, dizanteri ve diğ er bakteriyel enfeksiyonları tedavi edebilir. Berberin, Çin ve Hindistan'da yü zlerce yıldır antibiyotik olarak kullanılmaktadır ve doğ al antibiyotik gü çleri için sıklıkla tartış ılan goldenthread, Oregon ü zü mü ve kızamık gibi bitkilerde bulunmaktadır.

Vahş i doğ ada bulunan hasat edilecek bitkileri ararken, phellodendron amurense (sadece birkaç eyalette yetiş en amur mantarı), berberis vulgaris (ABD eyaletlerinin yaklaş ık yarısında yetiş en yaygın kızamık) ve mahonia aquifolium (Oregon) arayın. mantardan daha yaygın olan ü zü m.) Bu bitkilerin çoğ u istilacı olarak kabul edilir ve bu ailedeki bitkiler benzer etki için kullanılabilir. içeren bitkileri de satın alabilirsiniz.

berberine çevrimiçi ve Çin bitki mağ azalarında.

Bir ağ aç ise kabuğ u ve kök kabuğ u da dahil olmak ü zere bitkinin tü m kısımları kullanılabilir. Çoğ u zaman kökler daha yü ksek bir berberin konsantrasyonuna sahiptir, böylece isterseniz kökleri hasat edebilirsiniz. İ stilacı olduğ u dü ş ü nü len bir tü rü n köklerini toplamaya çalış ın çü nkü bitkiyi köklerini alarak öldü receksiniz. Aksi takdirde, bir antibiyotik ilacı yapmak için yaprakları ve sapları alabilirsiniz.

Machine Translated by Google

Berberin, birçok farklı mikroorganizmayla savaş mak ve dizanteri hastalıkları, giardia ve kanlı dış kıları tedavi etmek için toz, tentü r, enfiye ve kapsü l gibi bir dizi uygulamada kullanılabilir. Enfekte olan mukus zarlarını da iyileş tirmek için iyi çalış ır.

Kurutulmuş kabuğ u, kökleri, yaprakları ve sapları alın ve bir toz haline getirin. Tozu, vü cudunuzdaki tü m enfeksiyonlara ve enfeksiyon kapmalarını önlemek için kesik ve sıyrıklara uygulayın.

Tozu 00 kapsü l içine koyabilir ve dizanteri veya ishaliniz varsa alabilirsiniz. Enfiye, 7 gü ne kadar gü nde ü ç kez alabileceğ iniz burun iltihabı için çalış ır. Berberinden bir tentü r yapmak istiyorsanız, kabuğ u veya kökü alın ve %70 alkol ve %30 su karış ımı olan 5 kat sıvı ile karış tırın. Akut olmayan durumlar için gü nde yaklaş ık 4 kez suyunuza 20 – 50 damla ekleyin.

Karaciğ er tarafından parçalanan herhangi bir ilacınız varsa, berberinden kaçının. Karaciğ erin bu ilaçları ne kadar çabuk parçaladığ ını ve yan etkilere neden olmasını yavaş latabilir. Berberin ayrıca siklosporini keser ve vü cutta fazlalığ a neden olur, bu nedenle Neoral veya Sandimmune gibi herhangi bir ilaç alıyorsanız, berberin ü rü nlerinden kaçının. Hamileyseniz veya hamile kalmak istiyorsanız, ş eker hastalığ ınız veya dü ş ü k tansiyonunuz varsa berberin ile birlikte hiçbir ş ey almayın.

Machine Translated by Google

Bölüm 7 – Ardıç

Ardıç, harika antibiyotik ve antioksidan özelliklere sahip çok yaygın bir bitkidir. Amerika Birleşik Devletleri'nde ve dünyanın her yerinde farklı Ardıç türleri bulabilirsiniz. Avrupa ve Hindistan'da ardıç meyveleri mutfak için baharat olarak kullanılmıştır. Ardıç meyveleri, iyileştirici özellikleri ile bilinen Yunanistan'da da ilaç olarak kullanılmaktadır.

Ardıç, gastrointestinal sistem, cilt enfeksiyonları, dizanteri ve üst solunum yolu enfeksiyonlarının sorunlarını çözmek için harikadır. Ardıcı, bölgenizde mavimsi-mor meyveleri olan ağaç veya çalıları arayarak oldukça yaygın olarak bulabilirsiniz.
Ardıç meyvelerini çevrimiçi olarak veya bunları tedarik etmesi gereken yerel bitki dükkanlarından da satın alabilirsiniz.

Ardıç meyvelerini bir tentür, uçucu yağ haline getirebilir veya sadece meyveleri bütün olarak yiyebilirsiniz. Hastalığınızı iyileştirmek için yaklaşık 2 hafta boyunca günde birkaç tane çilek yiyin. Bir tentür yapmaya karar verirseniz, 1 kısım çilek ve 5 kısım sıvı kullanmak isteyeceksiniz. Sıvı %75 alkol ve %25 sudur. Enfeksiyonunuz iyileşene kadar günde 3 kez suyunuza yaklaşık 10 damla ekleyin.

Ardıç meyvelerini, yarım saat boyunca bir litre suya bir ons kaynatarak bir kaynatma haline getirebilirsiniz. Gece boyunca demlenmeye bırakın, sonra süzün ve için veya kaynatmayı doğrudan yaranıza uygulayın. Bu karışım buzdolabınızda yaklaşık 24-48 saat beklemelidir.

Ardıç meyveleri çam aromasına sahiptir ve yemeklere bile eklenebilir. Sadece birkaç meyveyi havan ve havanla ezin ve et veya balığa uygulayın. Süper olmuş

Machine Translated by Google

yapımı basit ve çok az çaba gerektirir.

Ardıç meyveleri ile ilgili ciddi sağlık riskleri veya hususları yoktur.
Konuyla ilgili çok fazla bilimsel araştırma yapılmadı, ancak hemen hemen herkes için güvenli bir tedavi gibi görünüyor.

Machine Translated by Google

Bölüm 8 – Bal

İşte mutfağınızda zaten olması gereken bir tane. Değilse, biraz bulmalı ve stoklamalısınız! Yerel bal, yerel çiçek ve bitkilerden toplanan nektardan üretilir ve sıyrıkları ve kesikleri iyileştirmek için kullanılabilir. İyileştirici gücünün yanı sıra alerji semptomlarını bile azaltır. Konu dış rahatsızlıkları iyileştirmeye gelince, bal ile rekabet edebilecek pek bir şey yoktur.

Kır çiçeği balı birçok farklı antibiyotik özelliğine sahiptir ve dış ve iç rahatsızlıkları tedavi edebilir. En iyi sonuç veren ve ecza dolabınızda saklanması gereken birkaç bal çeşidi vardır. Vücudunuzu iyileştirmek için bal ararken organik olanı arayın. Bu, balda doğrudan cildinize uygulayacağınız herhangi bir kirletici madde olmamasını sağlar.

Manuka balı, hastalıkları tedavi etmek için en popüler olanıdır, ancak Medihoney veya herhangi bir kır çiçeği balı yapacaktır. Marketlerde raflarda bulunan tarımsal veya tek bitkili seri üretim ballardan daha iyidir. Arı sütü ve propolis gibi diğer arı ürünlerini de balınıza karıştırarak karışımın iyileşmedeki etkinliğini artırabilirsiniz.

Balı yanık, ülser veya yatak yarası gibi yaraya doğrudan uygulayın ve yarayı bir bandajla sarın. Yara iyileşene kadar balı günde üç kez tekrar uygulayın. Bu, bal nedeniyle yaraya yerleştirilen nem nedeniyle enfeksiyonu önleyecek ve iyileşme sürecini hızlandıracaktır. Bal ayrıca impetigo ve seboreik dermatiti tedavi edebilir. Bir yıkama oluşturmak için suyu balla karıştırın ve günde iki kez cildin enfekte bölgesine uygulayın.

Machine Translated by Google

Balı dahili olarak kullanıyorsanız, soğuk algınlığı, nezle ve solunum yolu enfeksiyonuna yardımcı olabilir. Belirtileriniz daha az şiddetli olacak ve hızla iyileşeceksiniz. Günde on defaya kadar bir çorba kaşığı akut semptomlar, soğuk algınlığı ve grip için yardımcı olabilir. Bal, antibiyotik olmasının yanı sıra müshil, bağışıklık uyarıcı, antiviral ve antifungaldir.

Bir antibiyotik olarak kullanmak için bal satın aldığınızda, polen çıkarılmış veya mısır şurubu eklenmiş olabilecek, ortak mağazadan satın aldığınız ballara dikkat edin. Tamamen doğal bir bal almak istiyorsunuz ve onu mağazada bulamıyorsanız, o zaman arayın.
bunun yerine bir çiftçi pazarında veya doğal gıda mağazasında.

Balı harici olarak kullanırken herhangi bir risk yoktur, ancak arı sokmasına alerjiniz varsa, bazı durumlarda dahili tüketimin anafilaksiye yol açabileceğini unutmayın.
Bunun gerçekleşmesi oldukça nadirdir. Bal, yaraları iyileştirmenin ve soğuk algınlığı ve grip semptomlarının bazılarını hafifletmenin gerçekten harika bir yoludur, bu yüzden tıbbi amaçlar için her zaman elinizde biraz bulundurmanızı öneririm.

Machine Translated by Google

Bölüm 9 – Usnea

Usnea, Amerika Birleşik Devletleri'nde bulunan ve diğer bitkilerin kabuğu ve dallarında yetişen liken cinsidir. Ayrıca dünyanın geri kalanında bulunur ve bu da onu vahşi doğada çok yaygın hale getirir. Usnea'yı esas olarak hasta veya ölmekte olan ağaçlarda bulabilirsiniz ve bunlar etrafta birçok farklı usnea çeşididir.

Usnea yaygın olarak deri, boğaz ve gastrointestinal sistemin dirençli gram pozitif bakteriyel enfeksiyonlarını ve vajina ve göz enfeksiyonlarını tedavi etmek için kullanılır. Gastrointestinal sistemi kaplayan bakterileri gerçekten hedef alır ve kötü bakterileri, özellikle de ilaca dirençli suşları yok eder.

Usnea ormanlarda ve meyve bahçelerinde bulunabilir veya antibakteriyel bir ilaç olarak kullanmak için çevrimiçi olarak satın alınabilir. Yeterince usneye sahip olduğunuzda, yaralara uygulamak veya bir tentür veya çay içinde kullanmak için bütün olarak tutmak istiyorsanız, onu toz haline getirmek isteyeceksiniz. Usnea suda tamamen çözünür değildir, bu nedenle iyileştirici güçlerinden gerçekten en iyi şekilde yararlanmak için onu toz veya tentür olarak kullanmanız önerilir.

Tentür yapıyorsanız, usnea'da bulunan tüm fitokimyasalları ısı yoluyla çıkarmak isteyeceksiniz. Tentür yapmak için ihtiyacınız olan oran 1 kısım usnea, 5 kısım sıvıdır. Yarısı su, yarısı 120 derecelik tahıl alkolü olmalıdır.

Yapacağınız şey, usnea ile suyu bir gece veya 48 saat boyunca üstü kapalı veya yavaş bir ocakta ısıtmak. İlk uygulama sırasında karıştırın

Machine Translated by Google

ve su ve usnea bir lapa oluş turmalıdır. Kombinasyon bittiğ inde

piş irin, ocaktan alın ve karış ım ısınana kadar soğ umaya bırakın. Usnea ve su tamamen soğ uduktan sonra alkolü ilave edebilir ve karış ımı yumuş aması iç̧in bir kavanoza koyabilirsiniz.

Yaptığ ınız tentü r, doğ rudan enfekte bölgeye uygulayabileceğ iniz bir burun spreyi, duş veya yıkama olarak kullanılabilir. Karış ımı seyreltmek iç̧in tentü rü n bir kısmını suya ekleyin ve gerektiğ inde kullanın. Eğ er iç̧iyorsanız, gü nde ü ç̧kez suya yaklaş ık 40 damla ekleyeceksiniz.

Usnea, hamileyseniz veya hamile kalmak istiyorsanız kaç̧nmanız gereken baş ka bir bitkidir. Aynı zamanda ç̧ok sayıda ağ ır metali de emer, bu nedenle yol ve atık gibi kirlenebilecek yerlerden uzak bir yere yerleş tirmelisiniz.

Siteler.

Machine Translated by Google

Bölüm 10 – Meyankökü

Meyan kökü dünyanın her yerinde bulunur ve hatta antibakteriyel ve iyileştirici özellikleri nedeniyle diğer ülkelerden Amerika Birleşik Devletleri'ne ithal edilir. Meyan bitkisinin pek çok farklı türü vardır ve üçüncü yüzyıldan beri astım, öksürük ve hastalıkları iyileştirmek için kullanılmaktadır.

Meyan kökü tek başına solunum ve ağız enfeksiyonlarını ve gastrointestinal ve solunum yolu enfeksiyonlarını tedavi etmek için kullanılabilir. Mideyi rahatsız etmeden mide ülserlerini yok etmek için tek başına kullanılır.

Meyan kökündeki gerçek güç, iyileşme sürecinde diğer doğal antibiyotiklere yardımcı olma gücünden gelir. Meyan kökünü tek başına almak yerine, iyileşme gücünü artırmak, vücudu iyileştirmek için gereken süreyi ve dozu azaltmak ve yan etkileri azaltmak için daha önce tartışılan antibiyotiklerle birlikte almalısınız.

En iyi meyan kökü Avrupa veya Çin'dir ve internetten sipariş edilebilir. Bu çeşitler iyileştirici özellikleri için incelenmiştir. Meyan kökünün iyileşmesine karşı çalışan ağır kirlilik sorunlarıyla karşı karşıya olan Doğu Avrupa'dan meyan kökü satın almamaya dikkat edin.

Diğer bitkilerden gelen zehirliliği gidermek ve çözünürlüklerini artırmak için tentürlerinize meyan kökü ekleyin. Ayrıca tüberkü loz, hepatit, peptik ülserleri tedavi etmek ve ortaya çıkan sorunları azaltmak için tentür, çay veya kapsül formunda da kullanılabilir.

Machine Translated by Google

oral uçuk, aftöz stomatit ve farmasötik ilaçların yan etkileri ile.

Meyan kökü tentürü yapmak için bitkinin köklerini kurutmak isteyeceksiniz. Oradan, kapsül olarak kullanmak veya çayda içmek için toz haline getirebilirsiniz. İşlemlerinde diğer doğal antibiyotiklere yardımcı olmak için günde iki ila sekiz kapsül alın. Alternatif olarak, bir çorba kaşığı tozdan çay yapabilir ve 8 ons suda kaynatabilirsiniz. Kaynatın, süzün ve hemen için.

Bir tentür için 1 kısım kurutulmuş köke 5 kısım sıvı kullanmalısınız. Sıvı, yarı su, yarı alkol karışımıdır. Suyunuza günde üç defaya kadar 30 ila 60 damla ekleyin. Ayrıca suyunuza başka tentür karışımları da ekleyebilirsiniz.

Meyan kökü kullanmak için bazı uyarılar vardır, bu yüzden ne kadar meyan kökü tükettiğinizin farkında olun. Diğer doğal antibiyotikleri tüketmeden tek başına çok fazla meyan kökü almamanız önerilir. Aynı zamanda östrojen bakımından da yüksektir ve ayrıca uzun süreli kullanımda kan basıncını yükseltebilir, bu nedenle komplikasyonları önlemek için kısa sürelerde düşük dozlar alın.

Machine Translated by Google

Bölüm 11: Zencefil

İşte evinizde zaten bulundurabileceğiniz başka bir doğal antibiyotik.
Zencefil binlerce yıldır ilaç olarak kullanılmaktadır ve mağazalarda ve süpermarketlerde kolaylıkla bulunabilmektedir. Asya, Amerika Birleşik Devletleri, Çin ve Hindistan dahil olmak üzere dünyanın dört bir yanındaki tropikal bölgelerde yetişir. Zencefil kökü, bir antibiyotiğin iyileştirici özelliklerine sahiptir ve daha önce tartışılan diğer bitkisel ilaçlarla birlikte birçok gıdayı tedavi eder.

Zencefil, soğuk algınlığına çare olarak, mide bulantısını kontrol altına almak, ağrı ve şişliği azaltmak için tek başına kullanılabilir. Diğer doğal antibiyotiklerle birlikte kullanıldığında bitkilerin dolaşım yoluyla vücudun diğer bölgelerine kolayca ulaşmasına yardımcı olur. Zencefil, özellikle diğer tedavilere direnç oluşturan bakteriyel hastalıklarla savaşırken, diğer doğal antibiyotikleri daha güçlü hale getirir. Ayrıca eklem ve kas rahatsızlıklarına yardımcı olur, mide kramplarını ve ishali azaltır ve mukusun sisteminizden dışarı çıkmasını sağlar.

Zencefil almanın en iyi yolu sıcak çay, tentür, topikal uygulama ve yemektir. Zencefilin taze olmasını ve kurumasını istemiyorsunuz. Zencefilin toz haline getirilmiş şekli o kadar güçlü değildir ve taze zencefilin sahip olduğu tüm olumlu iyileştirici faydalara da sahip değildir. Zencefil ayrıca ağrıyı azaltmak ve bir enfeksiyon veya yanık iyileşme sürecini hızlandırmak için topikal olarak da uygulanabilir.

Taze zencefilden çay yapmak için zencefilin suyunu sıkın ve üzerine sıcak su ekleyin.
İsterseniz biraz bal ve bir tutam acı biber ekleyin. Herhangi bir bakteriyel enfeksiyonu tedavi etmek için diğer doğal ilaçlarla birlikte bunu günde en az altı kez içiniz.

Machine Translated by Google

çareler.

Meyve sıkacağınız yoksa, doğranmış veya rendelenmiş zencefili ağzı kapalı olarak iki veya üç saat demleyerek demleyebilirsiniz. Biraz demlendikten sonra tüm zencefili sü zün ve akut durumları iyileştirmek için en az altı bardak (veya önleyici olarak kullanıyorsanız daha az) için.

Zencefil ile tentür yapmak için bir kısım zencefili iki kısım sıvı ile birleştirin.
Sıvı %95 120 geçirmez tahıl alkolü ve %5 sudur. Günde dört defaya kadar suya 10 ila 20 damla ekleyin.

Zencefil sağlığınız için gerçekten iyidir, ancak birkaç uyarı vardır. Hamileyken büyük miktarlarda almayın ve orta dozlara sadık kalın. Zencefil, safra taşlarının biraz şiddetlenmesine ve şişkinliğe veya mide ekşimesine neden olabilir. Çok fazla zencefil almanın yan etkilerinin çoğu nadirdir.

Machine Translated by Google

Bölüm 12: Karabiber

Karabiber baharatını, diğer doğal antibiyotiklerin etkilerini arttırmak için kullanılabilen piperine adı verilen bir alkaloidden alır. Karabiberi antibiyotik olarak kullanabilir veya sağlık mağazalarında daha güçlü ve oldukça yaygın olan piperin bulabilirsiniz. Karabiber, Hindistan'da yıllardır tıbbi bir tedavi olarak kullanılan yaygın bir baharattır ve normal karabiber ve uzun biber olmak üzere iki şekilde gelir.

Biber ve piperin kan damarlarını genişletir, böylece diğer doğal antibiyotikler vücutta hızla dolaşabilir, böylece uygun iyileşme için gerekli olan diğer antibiyotiklerin oranını ve dozunu iyileştirir. İlacı vücutta metabolize edilmemiş bir durumda daha uzun süre tutmak ve diğer doğal antibiyotiklerin zararlı bakteriler tarafından saldırıya uğrayan bir bölgede lokalize olmasına yardımcı olmak için çalışır.

İyileşmenize yardımcı olması için başka bir bitki kullanmıyorsanız, piperin almanız önerilmez. Vücudu daha fazla ilaç dolaşımına hazırlamak ve diğer şifalı otların iyileştirme yeteneklerini geliştirmek için önce piperin alın. Peperini diğer bitkilerden 30 dakika önce ve birkaç saat sonra günde 4 defadan fazla kullanmamalısınız.

Karabiber tentürü yapmak için, bütün karabiberleri taze öğütün ve beş kısım sıvı ile karıştırın. %65 alkol ve %35 su içeren bir karışım kullanın. Daha güçlü bir doğal ilaç için aynı ölçülerde saf piperin de kullanabilirsiniz. Diğer şifalı otların iyileştirici özelliklerini artırmak için diğer doğal antibiyotiklerinizi kullanmadan önce 5 ila 15 damla kullanın.

Machine Translated by Google

Ayrıca biber tentürlerini hem biber hem de zencefil kökü ile bir arada yapabilirsiniz. Üçünden de tentür yapın ve bunları 1: 1:1 oranında birleştirin. Herhangi bir doğal antibiyotiğin etkisini artıran yeni bir karışım için yaptığınız diğer tentürlere bu kombinasyonun %25'ini ekleyin.

Biberi uzun süre kullanmanın birkaç komplikasyonu vardır. Bir veya iki haftayı geçmeyen kısa süreli bir tedavi olarak kullanılmalıdır. Erkekler genellikle düşük testosterondan muzdariptir, düşük sperm sayısına sahiptir ve biber ve piperin kürleri alırken testis ağırlığı azalır.

Hamile kalmak isteyen kadınlar, doğum kontrol yöntemi olarak işlev gördüğü için piperin kullanmaktan kaçınmalıdır.

Machine Translated by Google

Bölüm 13: Astragalus

Astragalus, geleneksel olarak vücudun bağışıklık sistemini güçlendirmek için kullanılan bir bitki cinsidir. Binlerce yıldır Çin tıbbında kullanılan ana köklerden biri olmuştur ve astragalus bitkileri dünyanın her yerinde bulunur.
Astragalus'un farklı varyasyonları Amerika Birleşik Devletleri'nde büyür, ancak yaygın olarak kullanılan ana form Çin ve Kore'de bulunur.

Astragalus birçok farklı antibakteriyel özelliğe sahiptir ve genellikle bağışıklık sistemini güçlendirmek, kalp hastalıklarını tedavi etmek, hepatiti iyileştirmek ve yorgunluğu gidermek için kullanılır. Ayrıca soğuk algınlığını önler ve tansiyonu düşürür.
Astragalus'u toz, çay veya tentür olarak alabilirsiniz.

Astragalus'u çevrimiçi olarak ve bulunduğunuz yere bağlı olarak açık havada bulabilirsiniz. Kökün tamamını suyla karıştırabileceğiniz bir toz haline getirin. Genel bağışıklık için gün boyunca astragalus içebilirsiniz.

Tentür yaparsanız, 1 kısım astragalus kökü için 5 kısım sıvı kullanın. Sıvı %60 alkol ve %40 sudur. Günde 3 – 4 kez suya 30 ila 60 damla uygulayın. Astragalusu çay olarak açarsanız, gün boyunca soğuk algınlığının gelişti̇ğini hissettiğinizde içebilirsiniz. Bağışıklığı artırmak için çaydanlık başına birkaç ons astragalus kullanın.

Yemeklerinize, özellikle suda pişirilen yiyeceklere astragalus da ekleyebilirsiniz. Astragalusun üzerini örterek birkaç saat pişirin ve et suyunu kullanarak

Machine Translated by Google

pirinç gibi yiyecekler. Bu, yediğiniz yiyeceğe doğrudan astragalus almaktan alacağınız aynı bağışıklık sistemi desteğini verecektir.

Astragalus kullanmanın bilinen herhangi bir yan etkisi yoktur ve Çin'deki insanlar bunu uzun süredir kullanmaktadır. Hamileyseniz veya emziriyorsanız astragalus konusunda dikkatli olmalısınız ve bağışıklık sistemini uyardığı için otoimmün bir hastalığınız varsa astragalus kullanmadan önce doktorunuza danışın. sistem.

Machine Translated by Google

Bölüm 14: Kemik Seti

Boneset, Kızılderililer tarafından soğuk algınlığı tedavisi ve bağışıklık sistemini güçlendirmek için kullanılan Kuzey Amerika'ya özgü bir bitkidir. Dünyanın diğer bölgelerinde yaygın değildir, ancak boneset'in birçok farklı hastalık ve rahatsızlık için etkili bir tedavi olabileceğine dair birçok kanıt vardır. Ortabatı boyunca ve Amerika Birleşik Devletleri'nin Güney ve Doğu bölgelerinde bulunur.

Bitki üzerinde yaygın olarak kullanılan saplar, çiçekler ve yapraklar çay veya tentür haline getirilir. Boneset, soğuk algınlığı ve gribin etkilerini azaltmaya yardımcı olmak için bağışıklık sisteminin etkinliğini artırır, diğer enfeksiyonlara karşı direnç oluşturur ve vücuttaki balgamı gevşetir. Geleneksel olarak boneset migren, kemik ağrısı ve zayıflığı tedavi etmek için kullanılmıştır.

Boneset, Amerika Birleşik Devletleri'nin doğu yarısında nemli ortamlarda yetişir. Genellikle nehir kenarlarında ve bataklık kenarlarında bulunur. Bir metreden beş metreye kadar herhangi bir yerde büyüyebilir ve çok yıllıktır; Temmuz ve Eylül ayları arasında çiçek açar. Çiçekler beyaz renklidir ve yapraklar gövdenin tabanı etrafında oluşur ve büyük bir yaprak gibi görünür.

Tentür için taze, çiçekli bitkiyi ve çay yapmak için kurutmak için çiçeksiz kemikli bitkiyi kullanın. Çiçekli bitkiyi kurutmaya çalışırsanız, tohum vermeye başlayacaktır, bu nedenle çiçekli herhangi bir kemik kümesini kurutmaktan kaçınmak en iyisidir.

8 ons suya bir çorba kaşığı boneset ile çay yapın ve

Machine Translated by Google

ateş inizi dü ş ü rmeniz veya soğ uk algınlığ ını atlatmanız gerekir. Bunu gü nde yaklaş ık ü çkez yapın.
Soğ uk bir infü zyon da yapabilirsiniz, ancak terletici olmayacaktır.

Bakteriyel enfeksiyonları tedavi etmek ü zere kemik setinden bir tentü r yapmak için bir ölçü taze kemik setini iki ölçü sıvıya veya bir ölçü kuru kemik setini beş ölçü sıvıya kullanın. Sıvı karış ım %95 120 geçirmez tahıl alkolü ve %5 sudur. Bir enfeksiyon için sıcak suya yaklaş ık 30 damla veya yorgunlukla savaş mak için gü nde dört defadan fazla olmamak ü zere 10 damla ekleyin.

Kemik seti kullanmanın bilinen bir riski yoktur, ancak çok fazla bilimsel araş tırma yapılmamış tır. Uzun sü reli kullanım hakkında doktorunuzla konuş manız en iyisidir.
zaman.

Machine Translated by Google

Bölü m 15: Ekinezya

Ekinezya, Amerika Birleş ik Devletleri'nin doğ usunda bulunan ve soğ uk algınlığ ı, grip tedavisinde ve bağ ış ıklık sistemini uyarmak için yaygın olarak kullanılan bir grup çiçekli bitkidir.
Baş langıçta yılan ısırıklarını tedavi etmek için kullanılan ekinezya, mukoza zarı enfeksiyonları ve bağ ırsak enfeksiyonları gibi enfeksiyonları tedavi eden doğ al bir antibiyotik görevi görü r. boğ az. Ayrıca iç ve dış yaraları ve yaraları iyileş tirir.

Tentü r, çok çeş itli sorunlara sahip olmak için çok kullanış lıdır, bu yü zden her ihtimale karş ı bunu stokta tutmanızı öneririm. Ekinezya, taze meyve suyu veya toz olarak da kullanılabilir.

Ekinezya kökü veya çiçeklerinden, özellikle ekinezya pallidasının tentü rü nü yapabilirsiniz. Bir kısım kuru kökü beş kısım sıvıya veya bir kısım taze çiçeğ i iki kısım sıvıya alın. Sıvı karış ım kuru kök için %70 alkol ve %30 su veya taze çiçekler için %95 alkol ve %5 su olmalıdır.

Etkili olması için, tentü rü n çoğ u, suda seyreltilmeden oldukça sık kullanılmalıdır. Ağ zınızdaki bir yarayı veya ü lseri tedavi etmek için, boğ az ağ rısı ve bademcik iltihabı için bir damlalık dolusu alın ve 30 saniye boyunca ağ zınızda çalkalayın ve ardından yutun. Dokuyu uyuş turmak için boğ azınızın arkasına çarptığ ından emin olun ve bu iş lemi gerektiğ i kadar tekrarlayın. Soğ uk algınlığ ı ve gribin sü resini ve ş iddetini azaltmak için her saat baş ı bir damla alın.

Örü mcek ve yılan ısırıklarında da bölgeyi her gü n yıkayarak tentü rü kullanabilirsiniz.

Machine Translated by Google

tentür ve su karışımı ile yarım saat. Tentür kullanmaktan kaçınmak istiyorsanız ve etrafta biraz ekinezya varsa, çiçekleri kaynatın veya kökü
su ve yaklaşık bir saat soğumaya bırakın. Süzün ve karışımı üzerinde kullanın.
gerektiğinde yara.

Ekinezya bitkisinin çiçeğinin, gövdesinin ve yapraklarının suyunu sıkmak, antibiyotik tedavisi yapmanın başka bir güçlü yoludur. Enfeksiyonları tedavi etmek için birkaç saatte bir birkaç çay kaşığı meyve suyu alabilirsiniz. Bitki kurumuşsa başka bir seçenek de ondan bir toz oluşturmaktır. Tozu doğrudan yaranıza uygulayın veya enfekte bölgeye yerleştirmek için suyla karıştırın.

Ekinezyayı çok sık aldığınızda oluşan eklem ağrıları dışında pek fazla yan etkisi yoktur. Bağışıklık özelliklerini artırmaya yardımcı olmak için meyan kökü ile iyi çalışır, bu nedenle ikisini birlikte almak tercih edilen tedavi yöntemidir.

Machine Translated by Google

Bölü m 16: Kırmızı Kök

Kırmızı kök, yalnızca Amerika Birleş ik Devletleri, Kanada ve Meksika'da ormanlardan çöl bölgelerine kadar her yerde yetiş tirilir. Geleneksel olarak, iyileş me sü recini hızlandırmak için hastalık zamanlarında bağ ış ıklık sistemine yardımcı olmak için kullanılır. Kırmızı kök, dalak ve karaciğ erin yanı sıra bakteriyel bir enfeksiyon olduğ unda lenf dü ğ ü mlerini tedavi etmek için kullanılır. Kan pıhtılaş tırıcı, bü zü cü ve antiseptik olarak da çalış ır.

Kırmızı kökü Kuzey ve Orta Amerika'da kolayca bulabilirsiniz. Yaklaş ık ü ç metre bü yü r ve kü çü k beyaz çiçekleri vardır. Çiçekler çok kokulu ve birlikte kü melenmiş . Coğ rafi konumunuza bağ lı olarak, kırmızı bir kök bitkisinin yü ksekliğ i ve ş ekli ile çok fazla çeş itlilik olabilir.

Kırmızı kök, bitki dü kkanlarında da yaygındır ve internetten satın alınabilir. Kırmızı kökten bir antibiyotik oluş turmak için bitkinin köklerinin kökü ne veya iç kabuğ una sahip olmak isteyeceksiniz. Doğ ru bitkiye sahip olduğ unuzu, erken ilkbaharda toplanabilecek kırmızı veya bazen pembe köklerinden anlayabilirsiniz. Kırmızı kökü çok geç hasat ettiyseniz, köklerin rengi beyaz olabilir. Bu, bitkinin tü m tıbbi özelliklerini almayacağ ınızın ve çevrimiçi sipariş vermeniz veya hasat etmek için gelecek yıla kadar beklemeniz gerektiğ inin bir iş aretidir.

Kırmızı kök çeş itli ş ekillerde kullanılabilir. Ondan kapsü ller oluş turabilir, çay, kaynatma veya tentü r haline getirebilirsiniz. Toz haline getirin ve lenf sistemini uyarmak için gü n boyunca alabileceğ iniz 00 kapsü l ile kapsü lleyin. On beş dakika kaynamış bir çay oluş turmak için tozu kullanın ve

Machine Translated by Google

sonra zorlandı. Bu günlük 6 bardak karaciğer ve dalak iltihabını azaltmaya yardımcı olacaktır.

Bir kaynatma yapmak için bir ons kırmızı kök tozunu 16 ons suda yarım saat kaynatın. Günde birkaç kez bir çorba kaşığı alın veya boğaz enfeksiyonlarına neden olan bakterileri öldürmek için gargara yapın. Ayrıca kırmızı kökü bir tentür haline getirebilirsiniz. bir kısım kuru kök ile beş kısım sıvı. Sıvının yarısı alkol, yarısı su olmalı ve günde 3 defaya kadar 40 – 80 damla alınabilir.

Bilinen herhangi bir yan etkisi yoktur, ancak farmasötik pıhtılaştırıcı veya antikoagülan alıyorsanız kırmızı kök almaktan kaçınmalısınız.

Machine Translated by Google

Bölüm 17: Reishi

Son doğal antibiyotiğimiz, birçok sağlık yararına sahip bir Çin bitkisel mantarı olan reishi'dir. Reishi'yi sağlık mağazalarında, internet üzerinden bulabilir, hatta evde kendiniz yetiştirebilirsiniz. Çin ve Japon tıbbında çok çeşitli rahatsızlıkları tedavi etmek için dört bin yıldan fazla bir süredir yetiştirilmekte ve kullanılmaktadır.

Daha önce tartışılan önceki antibiyotikler gibi, reishi de bağışıklık sistemini güçlendirir. Ayrıca vücudu birçok farklı hastalığa neden olan parazit ve bakterilerden korumak için kullanılmıştır. Reishi, ölümsüzlük mantarı olarak bilinir ve kanser, HIV ve AIDS gibi hastalıkları tedavi etmek için kullanılır.
hastalık. Ayrıca yorgunluk seviyelerini, stres seviyelerini azaltır ve uykuya yardımcı olur.

Reishi'yi çevrimiçi satın alabileceğiniz veya kendiniz oluşturabileceğiniz bir dizi farklı formda alabilirsiniz. Kullanılacak en iyi yöntemler, reshi'den bir kaynatma, toz ve tentür oluşturmaktır.

Bir kaynatma oluşturmak için 3 gram reishi'yi bir litre suya kaynatın.
İki saat kaynamaya kadar azaltın. Kaynatmayı soğumaya bırakın ve yatmadan önce veya gün içinde tüketin. Karışıma tahıl alkolü ekleyerek de kaynatmayı bir tentür haline getirebilirsiniz. Tentürün bir kısım reishi'ye beş kısım sıvı olmasını istiyorsunuz. Sıvı %20 alkol ve %80 alkolden oluşur.
su.

Diğer bir alternatif ise reshi'yi ince bir toz haline getirmektir. Kronik hastalığı tedavi etmek için her gün birkaç gram suya veya akut durumlar için daha fazlasını karıştırabilirsiniz. Tadını beğendiyseniz veya beğenmediyseniz, tozu kapsüllere koyun.

Machine Translated by Google

mantarlar.

Reishi almanın birkaç yan etkisi vardır. Uyanık kalmaya çalış ıyorsanız, çok fazla almamalısınız veya sadece yatmadan önce reishi almalısınız. Bazen baş dönmesi, baş ağ rısı, kızarıklık ve mide rahatsızlığ ı meydana gelir. Dü ş ü k tansiyon veya bağ ış ıklık bozukluklarınız varsa reishi'den kaçınmalısınız. Hamileyken veya emzirirken reishi almakla ilgili herhangi bir çalış ma yapılmamış tır, bu nedenle ondan kaçının veya önce doktorunuzla konuş un.

Machine Translated by Google

Çözüm

Artık 15 yeni bitki öğrendiğinize göre, temas edebileceğiniz herhangi bir antibakteriyel hastalığı tedavi etmeye hazırsınız. Bu doğal antibiyotiklerden bazılarını ecza dolabınızda bulundurun, böylece soğuk algınlığı hissettiğinizde veya vücudunuzdaki değişiklikleri fark ettiğinizde bunları kullanabilirsiniz.

İlacın nasıl çalıştığını kendiniz anlamanız ve evde sadece birkaç basit malzemeyle hazırlayabilmeniz için gücü veriyor. Zamanla bu bitki ve otları kolaylıkla bulabilecek ve etrafınızdaki her yerde olduklarını fark edeceksiniz.

Vücudunuz için en iyi sonucu veren tedavileri öğrenin ve başkalarıyla paylaşmayı unutmayın. İyileştirme gücünüzü iyilik için kullanmak ve toplulukta neyin işe yarayıp neyin yaramadığına dair bilginizi sürekli artırmak harika. Bu kitabı incelediğiniz için teşekkür eder, ölümcül bakterilerden arınmış, mutlu ve sağlıklı bir yaşam dilerim!

Machine Translated by Google

ÜCRETSİ Z Bonus Hatırlatma

Henü z almadıysanız, lü tfen devam edin ve "Hayatınıza 20 Yıl Ekleyecek 20 Basit Alış kanlık" özel bonus raporunuzu indirin.

Basitçe Aş ağ ıdaki Dü ğ meye Tıklayın

Click Here to Download the ebook

VEYA Bu Sayfaya Git

http://foreverhealthme.com/free/

Machine Translated by Google

BONUS #2: Daha Fazla Ücretsiz Kitap

Daha fazla Ücretsiz Kitap almak ister misiniz?

Kindle'da ü cretsiz olduklarında yeni Kitaplarımızı gönderdiğ imiz bir posta listemiz var. Ücretsiz Kitap Promosyonlarına kaydolmak iç in aş ağ ıdaki bağ lantıya tıklayın.

=> Ücretsiz Kitap Promosyonlarına Kaydolun <=

VEYA

Bu URL'ye gidin http://bit.ly/1COlFPe